

## **ЕМОЦІЙНО-РЕГУЛЯТИВНІ ЧИННИКИ ГОТОВНОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ ДО ПАРТНЕРСЬКОЇ ВЗАЄМОДІЇ З КРИЗОВИМИ ГРУПАМИ НАСЕЛЕННЯ**

**Тягур Л. М.**

*Державний заклад вищої освіти  
Університет менеджменту освіти НАПН України  
lyubomira107@gmail.com*

Сучасні умови воєнного стану, соціальної турбулентності та зростання кількості вразливих і кризових груп населення зумовлюють необхідність якісно нового рівня професійної діяльності фахівців соціальної сфери. Ефективна допомога людям, які переживають втрату, травму, насильство, вимушене переміщення чи інші складні життєві обставини, неможлива без налагодженої партнерської взаємодії між соціальними службами, медичними й освітніми установами, місцевими громадами, волонтерськими та громадськими організаціями. Проте здатність до такої взаємодії значною мірою визначається рівнем розвитку емоційно-регулятивних механізмів фахівця.

Фахівці соціальної сфери систематично стикаються з високим рівнем емоційної напруги, проявами вторинної травматизації, професійного вигорання та моральних дилем, що ускладнює комунікацію, спільне планування та координацію дій з іншими суб'єктами допомоги. Недостатній розвиток навичок емоційної саморегуляції знижує ефективність міжвідомчої взаємодії, породжує непорозуміння, конфлікти й знижує якість підтримки кризових груп населення.

Водночас міжнародні та вітчизняні дослідження засвідчують, що високий рівень емоційної стійкості, здатність до управління власними переживаннями, збереження психологічної рівноваги та конструктивної комунікації є критично важливими складовими професійної готовності до партнерства. Саме емоційно-регулятивні чинники забезпечують можливість фахівця ефективно взаємодіяти в мультидисциплінарних командах, будувати довіру, підтримувати клієнтів і приймати виважені рішення в умовах невизначеності.

У контексті сучасних викликів особливої актуальності набуває необхідність наукового аналізу ролі емоційної регуляції у формуванні готовності до партнерської взаємодії та визначення психологічних механізмів, що сприяють або перешкоджають цьому процесу. Це визначає важливість і своєчасність дослідження емоційно-регулятивних чинників як ключової умови ефективної професійної діяльності фахівців соціальної сфери у роботі з кризовими групами населення.

Мета – теоретичне обґрунтування змісту, структури та психологічних механізмів емоційно-регулятивних чинників, що забезпечують готовність фахівців соціальної сфери до партнерської взаємодії з кризовими групами населення.

Дослідження виконано у межах теоретичного аналізу проблеми готовності фахівців соціальної сфери до партнерської взаємодії з кризовими групами населення. Методологічною основою стали системний, діяльнісний та особистісно орієнтований підходи.

Для досягнення мети використано такі теоретичні методи: аналіз, синтез і узагальнення наукових джерел із психології емоцій, кризової психології та соціальної роботи; порівняльний аналіз підходів до емоційної регуляції у вітчизняних і зарубіжних дослідженнях; структурно-функціональний аналіз емоційно-регулятивних чинників; теоретичне моделювання взаємозв'язку емоційної регуляції та готовності до партнерства.

Організація дослідження включала три етапи: опрацювання наукової літератури; систематизацію даних про емоційно-регулятивні аспекти професійної діяльності фахівців соціальної сфери; формування узагальненої теоретичної моделі емоційно-регулятивних чинників готовності до партнерської взаємодії.

У процесі теоретичного аналізу з'ясовано сутність та структуру емоційно-регулятивних чинників, що визначають готовність фахівців соціальної сфери до партнерської взаємодії з кризовими групами населення. Встановлено, що ці чинники охоплюють систему психологічних механізмів, спрямованих на усвідомлення, керування й адаптацію емоційних станів у професійній діяльності, що є критично важливим у ситуаціях підвищеної напруги та інтенсивної комунікації (Гудзенко та ін., 2025).

По-перше, визначено, що емоційно-регулятивні чинники забезпечують можливість збереження внутрішньої рівноваги та конструктивної поведінки фахівця, підвищуючи якість професійних взаємодій з клієнтами та партнерами. Здатність до емоційної обізнаності, самоконтролю та гнучкого реагування на стресові стимули виявилася ключовою умовою професійної ефективності у соціальній сфері (Gross, 2015).

По-друге, проаналізовано основні моделі емоційної регуляції, представлені в сучасних психологічних дослідженнях (Gross, 2015; Lazarus & Folkman, 1984). Це дало змогу окреслити їхню релевантність для діяльності фахівців соціальної сфери у кризових умовах. Особливо значущими є моделі когнітивної переоцінки, формування емоційної обізнаності, використання адаптивних копінг-стратегій та технік стрес-менеджменту, що сприяють конструктивній комунікації та стабільній партнерській взаємодії.

По-третє, систематизовано психологічні характеристики, які визначають готовність до партнерства, зокрема емоційну стійкість, емпатійність, рефлексивність, здатність до співпраці та врівноваженої міжособистісної комунікації. Ці властивості забезпечують ефективність роботи в мультидисциплінарних командах та розвиток довірливих професійних відносин (Гудзенко та ін., 2025).

По-четверте, у ході аналізу з'ясовано, що недостатній розвиток емоційної регуляції може призводити до таких професійних ризиків, як емоційне виснаження, вторинна травматизація та професійне вигорання (Figley, 2012). Виявлено, що ці явища негативно впливають на здатність фахівця підтримувати партнерську взаємодію, знижують ефективність комунікації та координації дій із представниками інших інституцій.

По-п'яте, встановлено взаємозв'язок між рівнем сформованості емоційно-регулятивних чинників і результативністю партнерської співпраці у соціальній сфері. Розвинені навички саморегуляції сприяють конструктивному розв'язанню професійних конфліктів, зменшують напруження у взаємодії та забезпечують більш високу якість прийняття рішень в умовах невизначеності (Lazarus & Folkman, 1984).

По-шосте, на основі отриманих результатів побудовано узагальнену теоретичну модель емоційно-регулятивних чинників готовності фахівців соціальної сфери до партнерської взаємодії. Модель включає когнітивний компонент (усвідомлення емоцій), емоційний компонент (керування емоційними станами), поведінковий (адаптивні реакції), комунікативний (емпатія та кооперація) та регулятивний (стресостійкість та самоконтроль).

По-сьоме, обґрунтовано психолого-педагогічні умови розвитку зазначених чинників у межах професійної підготовки та підвищення кваліфікації. До них належать тренінги емоційної регуляції, супервізія, навчальні програми, спрямовані на розвиток навичок комунікації та партнерської взаємодії, а також середовищна підтримка, що сприяє емоційній стабільності фахівців соціальної сфери.

Отримані результати створюють теоретичне підґрунтя для подальших емпіричних досліджень рівня сформованості емоційно-регулятивних чинників та удосконалення практичних програм професійної підготовки фахівців, які працюють із кризовими групами населення.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Гудзенко, О. Г., Пастрик, Т. В., Лазько, А. М., & Гальчун, Н. П. (2025). Емоційно-регулятивні стратегії у мовленнєвій взаємодії: психолінгвістичні аспекти комунікативного дискурсу. *Академічні студії*. Серія «Гуманітарні науки», (2), 89-97. <https://doi.org/10.52726/as.humanities/2025.2.13>

2. Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological inquiry*, 26(1), 1-26.
3. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company.
4. Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of clinical psychology*, 58(11), 1433-1441.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРАХІВ МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ В УМОВАХ ЖИТТЄВИХ ТРУДНОЩІ**

**Фомічова О. М.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
shonvu@artmotiongroup.com.ua*

Сучасні умови розвитку українського суспільства позначені тривалими періодами нестабільності, інформаційної перенасиченості та підвищеного соціального напруження, що безпосередньо впливають на психічний стан дітей молодшого шкільного віку. Життєві труднощі, спричинені війною, вимушеними переміщеннями, порушенням звичного укладу життя та емоційною нестабільністю сімейного середовища, створюють ситуацію, у якій базове відчуття безпеки дитини зазнає значних коливань. У таких умовах страх стає однією з провідних емоційних реакцій, що відіграє суттєву роль у регуляції поведінки та формуванні ставлення до навколишнього світу.

Молодший шкільний вік є особливо чутливим до впливу зовнішніх загроз і невизначеності, оскільки саме в цей період закладаються фундаментальні механізми емоційного реагування та формується здатність розрізняти реальні й уявні загрози. За наявності тривалого стресу, нестабільності або соціальних потрясінь страхи дітей ускладнюються, набувають стійкого характеру й можуть трансформуватися у фіксовані переживання, що впливають на навчальну мотивацію, міжособистісні стосунки та загальний емоційний розвиток. Дослідження українських авторів засвідчують, що в умовах кризових впливів найбільш поширеними стають страхи, пов'язані з порушенням безпеки, розлукою, втратами та неможливістю контролю над подіями [1, 3].

Особливої ваги ця проблема набуває через те, що страхи у молодшому шкільному віці нерозривно пов'язані зі сприйняттям світу та з механізмами побудови внутрішньої моделі реальності. Нестача емоційної підтримки, різкі зміни середовища, руйнування звичних соціальних орієнтирів і підвищення вимог до адаптації призводять до посилення тривожності та появи нових страхів, які раніше могли бути